

慢走：徒步旅行的乐趣



[慢走：徒步旅行的乐趣 下载链接1](#)

著者:吉莉恩·苏特（Gillian Souter） 著，徐沐子 译

[慢走：徒步旅行的乐趣 下载链接1](#)

标签

评论

不错，书质量还行，内容满意

快递哥送货很快.快递哥送货很快.

不错的书籍，值得看完。

很想出去走走，现在只能先看看别人的徒步经历.....

容量有限，背负还行，因为背负向外凸，感觉占了还多背包容量

京东自己书贵点，但送货快

《慢走：徒步旅行的乐趣》适用于一般的徒步者而非野外探险者，因此所介绍的行程是普通徒步者都可以完成的，线路充满野趣且成熟安全、有惊无险。《慢走：徒步旅行的乐趣》还请中国户外俱乐部介绍了若干条中国境内比较成熟的户外线路和相关资料。

书还没看，但是一本好书

图书、音像商品评价积分规则调整啦！对10

作者是资深徒步者

给朋友买的。不知道怎么想。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。

好书。正品。

a寻找你的步幅 在世界何处 全套装备 寻找住处 寻路 天气状况 f健康的敌人 在路上
久违的文明 附录：慢走i前的准备 译后记 你懂得如何走路吗？ l
然而，走路确实是最简单的，几乎没有什么o限制条件。只要你想走，任何人迈开腿就可以s开始你的旅程。并享受其中的乐趣。
《慢走v：徒步旅行的乐趣》适用于一般的徒步者而非野y外探险者，因此所介绍的行程是普通徒步者都可B以完成的，线路充满野D趣且成熟安全、有惊无F险。《慢走：徒步旅行的乐趣》还请中国户外俱l乐部介绍了若干条中国境内比较成熟的户外线路和L相关资料。
吉莉N恩·苏特，资深户外徒步旅行者，足迹几乎遍及Q世界各地，在撰写此书之前，出版过三本深受广大T太徒步旅行者喜爱和好评的徒步书籍：《走在西W欧》、《走在法国》和《走在意大利》。为何远行

好好好

买的时候买留意看外国人的书，翻译过来的，感觉一般般

还行，看了一遍，涨知识

好

.....

时间尚可，不过对其中一本书的品相有意见，书的边儿皱了，如果这样的书请不要再发出来，不然影响京东的形象，其他的书还可以，不过不如书店直观，而且出现问题的是没有单独封装的书，有三本儿是塑料单独封装的，没打开查看，不过从外观看应该可以，出现问题的是没包装的，你懂得如何走路吗？

如果你从来没有做过背包客或“驴友”会对这个问题不以为然，而那些有过徒步经验的人才才会认为这本书有存在的价值。然而有趣的是：正是那些初次户外徒步的人才更需要读一读这本书。

当人们越来越厌倦了城市生活，愿意抬起腿来走向户外时，很多人自认为走路是与生俱来的能力，无需学习。其实不然，如果你想让你的行程更有趣，让你的行程更安全，让你的行程更物有所值，《慢走：徒步旅行的乐趣》是你出行宝典。作者以她多年的户外经验，在如何制定行程，如何准备装备、食物，如何解决住宿，如何保证户外安全和健康等方面给予了很多实用的指导。最重要的是如何享受徒步旅行的乐趣：寻找风景秀美的线路和与同行者愉快相处同等重要，体验各种天气状况又能规避坏天气的风险同等重要，行前的资料收集和途中美景的记录同等重要。

然而，走路确实是最简单的，几乎没有什么限制条件。只要你想走，任何人迈开腿就可以开始你的旅程。并享受其中的乐趣。

《慢走：徒步旅行的乐趣》适用于一般的徒步者而非野外探险者，因此所介绍的行程是普通徒步者都可以完成的，线路充满野趣且成熟安全、有惊无险。《慢走：徒步旅行的乐趣》还请中国户外俱乐部介绍了若干条中国境内比较成熟的户外线路和相关资料。

这几本书幸好不是收藏的，不然就太可惜了，

作者[ZZ]写的的书都写得特别好，最先是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。他的书我都买了，看了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲、冰心、郑渊洁、杨红樱、叶圣陶、金庸，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，看了收益很大，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省运费。

书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就要来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费，真的不错，速度还真是快，特别是京东快递，快得不得，有一次我晚上很晚才下单，第二天一大早就送到了，挺好！真是神速，而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，儿童小说，励志激励、管理财经、文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，能从中学到东西，我总能让我从头到脚看完整本书。

古代的那些文人墨客,都有一个相同的爱好-----读书.书是人类进步的阶梯.读书是每个人都做过的事情,有许多人爱书如宝,手不释卷,因为一本好书可以影响一个人的一生.那么,读书有哪些好处呢?1读书可以丰富我们的知识量.多读一些好书,能让我们了解许多科学知识.

2读书可以让我们拥有“千里眼”.俗话说的好“秀才不出门,便知天下事.”“运筹帷幄,决胜千里.”多读一些书,能通古今,通四方,很多事都可以未卜先知. 3读书可以让我们励志.读一些有关历史的书籍,可以激起我们的爱国热情.

4读书能提高我们的写作水平.

5读一些有关写作方面的书籍,能使我们改正作文中的一些不足,从而提高了我们的习作水平. 6读书的好处还有一点,就是为我们以后的生活做准备.

7每一个人要想在知识的山峰上,登得越高,眼前展现的景色越壮阔,就要拥有渊博的知识.

8知识是人类通向进步、文明和发展的唯一途径.书是前人劳动与智慧的结晶.它是我们获取知识的源泉.我们要让自己变得聪明起来,必须多读书,读好书.

10读书可以让你聪明，打败对手！[NRJJ]

很喜欢世界气候研究计划，他的每一本书几本上都有，这本世界气候研究计划2010年-2015年执行计划很不错，的巨大成功与杰出的气候科学家们主动地参与以及来自世界各地组织的有效搭档直接相关。下面是与成为伙伴关系的主要方式。发起者发起者给#，是供财政支持或资助科学家们、我们的核心计划以及综合研究活动。许多的学术研讨会和会议归功于来自不同渠道的贡献。例如，相对较少的资助使来自发展中国家的科学家参与到区域和国际能力建设的努力成为可能，而这些通常超出一个国家能力之外。合作伙伴合作伙伴们通过确认联合的科学优先领域、奉献科学专长和确保财政资源来管理联合项目，对的倡议做出贡献。竭诚欢迎与私有产业、非政府和政府间组织、基金以及功、会结成伙伴关系的机会。国家科学院、机构和气候委员会从国家机构和国际科学院的积极参与中受益很大。作为建立一个支持综合气候研究的真正国际网络的一个手段，国家气候委员会的建立是非常有用的。对参与所有团体来说，最极大的收益是加强了互补研究和避免了重复劳动。科学家诚邀并鼓励各个科学家知会全球秘书处他们正在进行的研究并提出集成全国的、地方的和国际的力量的方法。联合科学委员会、核心项目和跨学科研究活动欢迎为支持战略框架实施的新的合作活动的提议。感兴趣的参与者通过订阅计划的电子通讯季刊，了解活动的最新动态，并且投稿到的网站，发布最近研究发现、物、即将或者成功如开的会议的新闻。世界气候研究计划2010年-2015年执行计划列举了世界气候研究计划（）在未来5年，即2010-2015年，将要开展的短期的和长期的研究活动及期望取得的成果。这些活动主要分为两类，一类是支持重要成果交付使用的研究活动，另一类是支持的集成研究。书中内容可供大气科学科研人员、全球变化研究者和有关部门参考。太阳能是地球气候系统最基本的驱动力，而红外辐射则是系统的冷却剂（图3.1）。赤道地区的净加热和极地地区的净冷却驱动着大气和海洋的环流。水元素以三种形态存在于地球系统中，不仅是大部分生物赖以生存的决定性因素，还使得地球系统充满了复杂性和变率。无论是在从分子到行星尺度的空间尺度上，还是在瞬时到千年尺度的时间尺度上，能量和水在气候系统中都密不可分地交织在一起。气候系统的外部强迫，不论是太阳变率、大气成分的变化或者火山爆发，都将改变能量和水循环的过程及其之间的复杂关系。这些变化为气候系统提供了放大和抑制初始变化的反馈机制。这些反馈及其与海气系统之间的非线性耦合动力学正是本世纪理解气候和预测气候变化幅度中最具挑战性的科学问题。因此，急需提高对气候系统中这些复杂过程及其相互作用的理理解，从而改进模式对它们的模拟能力。

"[SM]在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好 [QY]"

非常好的一本书，京东配送也不错!读书是一种提升自我的艺术。“玉不琢不成器，人不学不知道。毫无疑问这是一本好书，京东送货也很快，我很满意!开卷有益，读书好处多”这是自古以来人们的共识.每一个人要想在知识的山峰上,登得越高,眼前展现的景色越壮阔,就要拥有渊博的知识.知识是人类通向进步\文明和发展的唯一途径.书是前人劳动与智慧的结晶.它是我们获取知识的源泉.我们要让自己变得聪明起来,必须多读书,读好书.

读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧

读书不仅可以使我们开阔视野，增长知识，培养良好的自学能力和阅读能力，还可以进一步巩固课内学到的各种知识,提高我们的认读水平和作文能力,乃至对于各科学习,都有极大的帮助。

我们的知识体系是通过课内外的自主学习而逐渐建立起来的。读书是搜集和汲取知识的一条重要途径。我们从课堂上掌握的知识不是很具体和容易理解的，需要再消化才会吸收。大量的阅读，可以将自己从课内学到的知识，融汇到从课外书籍中所获取的知识中去，相得益彰，形成“立体”的，牢固的知识体系，直至形成能力。

读书不仅对我们的学习有着重要作用，对道德素质和思想意识也有重大影响。“一本好书，可以影响人的一生。”这句话是有道理的。我们都有自己心中的英雄或学习的榜样，如军人、科学家、老师、英雄人物等。这些令我们崇拜或学习和模仿的楷模，也可以通过阅读各类书籍所认识。我们在进行阅读时，会潜意识地将自己的思想和行为与书中所描述的人物形象进行比较，无形中就提高了自身的思想意识和道德素质。

苏联著名教育家苏霍姆林斯基说得好：“如果学生的智力生活仅局限于教科书，如果他做完了功课就觉得任务已经完成，那么他是不可能有自己特别爱好的。”每一个学生要在书籍的世界里，有自己的生活。把读书，应视为自己的乐趣。

有的同学可能会说：功课那么多，作业要完成，那有时间看书？其实只要你肯挤时间来读书，就不愁没有时间。就像大文学家鲁迅先生说的：

“时间就像海绵里的水，只要你愿意挤，总是有的。”他自己就是把大家喝咖啡、谈天的时间，用在了学习上。最终鲁迅写出了许多好文章，取得了举世瞩目的伟大成就。我们可以用午休、放学做完功课以后、节假日等点滴时间来读书。每天一小时，积少成多，积沙成塔。

同学们：“同沐四季风,共享读书乐”让我们与书交朋友吧！让读书之花，盛开四季校园。晕，老是在京东买书，送书的那小伙子都把我认熟了，家里有亲戚朋友也让我在京东买来着，呵呵，不错的购物地方啊！

吉莉恩·苏特（）的这本慢走徒步旅行的乐趣真挺不错的，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读你懂得如何走路吗如果你从来没有做过背包客或驴友会对这个问题不以为然，而那些有过徒步经验的人才会认为这本书有存在的价值。然而有趣的是正是那些初次户外徒步的人才更需要读一读这本书。当人们越来越厌倦了城市生活，愿意抬起腿来走向户外时，很多人自认为走路是与生俱来的能力，无需学习。其实不然，如果你想让你的行程更有趣，让你的行程更安全，让你的行程更物有所值，慢走徒步旅行的乐趣是你出行宝典。作者以她多年的户外经验，在如何制定行程，如何准备装备、食物，如何解决住宿，如何保证户外安全和健康等方面给予了很多实用的指导。最重要的是如何享受徒步旅行的乐趣寻找风景秀美的线路和与同行者愉快相处同等重要，体验各种天气状况又能规避坏天气的风险同等重要，行前的资料收集和途中美景的记录同等重要。然而，走路确实是最简单的，几乎没有什么限制条件。只要你想走，任何人迈开腿就可以开始你的旅程。并享受其中的乐趣。慢走徒步旅行的乐趣适用于一般的徒步者而非野外探险者，因此所介绍的行程是普通徒步者都可以完成的，线路充满野趣且成熟安全、有惊无险。慢走徒步旅行的乐趣还请中国户外俱乐部介绍了若干条中国境内比较成熟的户外线路和相关资料。买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。这本书对我来说通过细腻的描述和犀利的评述，再机上和让我对该书了解了，也特别想拜读。通过读书我得到了很多好处古人云书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。可见，古人对读书的情有独钟。其实，对于任何人而言，读书最大的好处在于它让求知的人从中获知，让无知的人变得有知。读史蒂芬·霍金的时间简史和果壳中的宇宙，畅游在粒子、生命和星体的处境中，感受智慧的光泽，犹如攀登高山一样，瞬间眼前呈现出仿佛九叠画屏般的开阔视野。于是，便像李白在诗中所写到的庐山秀出南斗旁，屏风九叠云锦张，影落明湖青黛光。对于坎坷曲折的人生道路而言，读书便是最佳的润滑剂。太喜爱京东了。给大家介绍本好书我们如何走到这一步自序这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下

林雨翔所在的镇是个小镇。小镇一共一个学校，那学校好比独生子女。小镇政府生造的一些教育机构奖项全给了它，那学校门口“先进单位”的牌子都挂不下了，恨不得用奖状铺地。镇上的老少都为这学校自豪。那学校也争过一次气，前几届不知怎么地培养出两个理科尖子，获了全国的数学竞赛季亚军。消息传来，小镇沸腾得差点蒸发掉，学校领导的面子也顿时增大了好几倍，当即把学校定格在培养理科人才的位置上，语文课立马像闪电战时的波兰城市，守也守不住，一个礼拜只剩下四节。学校有个借口，说语文老师都转业当秘书去了，不得已才……林雨翔对此很有意见，?因为他文科长于理科——比如两个侏儒比身高，文科侏儒胜了一公分——所以他坚持抗议。

林雨翔这人与生具有抗议的功能，什么都想批判——“想”而已，他胆子小，把不满放在肚子里，仅供五脏之间的交流。

小镇还有一个和林雨翔性格雷同的人，他叫马德保，马德保培育成功这性格比林雨翔多花了三十年，可见走了不少冤枉路。马德保没在大学里念过书，高中毕业就打工，打工之余，雅兴大发，涂几篇打工文学，寄了出去，不料编辑部里雅兴发得更厉害，过几个月就发表了出来。马德保自己吓了一跳，小镇文化站也吓了一跳，想不到这种地方会有文人，便把马德保招到文化站工作。马德保身高一米八五，人又瘦，站着让人担心会散架，天生一块写散文的料。在文化站读了一些书，颇有心得，笔耕几十年，最大的梦想是出一本书。最近整理出散文集书稿，寄出去后梦想更是鼓胀得像怀胎十月的女人肚子，理想中的书也呼之欲出。后来不幸收到出版社的退稿信函，信中先说了一些安慰话，再点题道：“然觉大作与今人之阅读口味有所出入，患无销路，兹决定暂不出版。”马德保经历了胎死的痛苦，只怪主刀大夫手艺不精，暗骂编辑没有悟性弩钝未开，决心自费出书，印了两百本，到处送人。小镇又被轰动，马德保托书的福，被镇上学校借去当

语文老师。

有人说当今学文史的找不到工作，这话也许正确，但绝不代表教文史的也找不到工作。那几个出走的语文老师一踏入社会便像新股上市，要的单位排队，顿时学校十个语文老师只剩六个。师范刚毕业的学生大多瞧不起教师职业，偶有几个瞧得起教师职业的也瞧不起这所学校，惟有马德保这种躲在书堆里不谙世道的人才会一脸光荣地去任职。他到学校第一天，校领导都与他亲切会面，足以见得学校的饥渴程度。

马德保任一个班级的语文教师和文学社社长。他以为现在学生的语文水平差，把屠格涅夫教成涅格屠夫都不会有人发现，所以草草备课。第一天教书的人都会紧张，这是常理，马德保不知道，以为自己著作等身，见多识广，没理由紧张。不料一踏进教室门，紧张就探头探脑要冒出来，马德保一想到自己在紧张，紧张便又扩大多倍，还没说话脚就在抖。

慢走徒步旅行的乐趣和描述的一样，好评！上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。洗脑术怎样有逻辑地说服他人全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最

网购已成习惯!正版，便宜，快捷，非常满意

闲暇之余，有人乐于下棋、玩麻将；有人喜欢打牌、酗酒、游山逛水；余独爱书。为消遣而读书，常见于独处退居之时，为装饰而读书，多用于高谈阔论之中；为增长才干而读书，主要在于对事物的判断和处理。

读书费时太多是怠惰，过分的藻饰装璜是矫情，全按书本条文而断事是十足的学究气。读书使天然得以完善，又需靠经验以补其不足，因为天生的才能犹如天然的树木，要靠

后来的学习来修剪整枝，而书本上的道理如不用经验加以制约，往往是泛泛而不着边际的。

读书不可专为反驳作者而争辩，也不可轻易相信书中所言，以为当然如此，也不是为了寻找谈话资料。而应当权衡轻重，认真思考。有些书浅尝即可，另一些不妨吞咽，少数书则须咀嚼消化。这就是说，有的书只要读其中一部分，有的可以大致浏览，少数则须通读，读时要全神贯注，勤奋不懈。有些书也可请人代读，取其所需作摘要，但这只限于题材不大重要和质量不高的作品。

第一，循序渐进。朱熹说：“读书之法，莫贵于循序而致精。就是说，读书要有个先后顺序，读通一书，再读一书。就读一书而言，则要逐字逐句逐段按顺序读，先读的未弄通，就不能读后面的。这样才不会生吞活剥或杂乱无章。朱熹还进一步指出，读书要从易到难，从浅到深，从近到远，急不得，也慢不得。“所谓急不得者，功效不可急；所谓不可慢者，工夫不可慢。”这是在告被读书人既不可急于求成，也不可松松垮垮，而要进度适当，方能见效。

第二，熟读精思。他认为有些人读书收效不大，是由于在“熟”和“精”二字上下功夫不够。他还批评那种读书贪多的倾向，一再讲“读书不可贪多，且要精熟。如今日看得一板，且看半板，将那精力来更看前半板”。

第三，虚心涵泳。朱熹曾批评当时普遍存在的两种毛病：一是“主私意”，就是以自己的想法去揣测书中的道理，穿凿附会，歪曲了古人本来意思。二是“旧有先人之说”，就是先前接受的观点不肯放弃，从而排斥接受新的观点。

为了纠正以上这两种不好的毛病，朱熹主张读书必须虚怀若谷，静心思虑，悉心体会作者本意。朱熹强调读书要耐心“涵泳”，就是要反复咀嚼，深刻体会行中的旨趣。

第四，切己体察。朱熹主张“读书穷理，当体之于身。”什么叫“体之于身”？就是要心领神会，身体力行。从读书法的角度来看，朱熹强调读书必须联系自己，联系实际，将学到的理论转化为行动，这个观点是可取的。

第五，着紧用力。“着紧用力”包含有两个意思：一是指时间上要抓紧，要“饥忘食，渴忘饮，始得。”二是指精神上要振作。要有刚毅果决，奋发勇猛的精神。“如撑上水船，一篙不可放缓。”

第六，居敬持志。所谓居敬持志，就是读书必须精神专一，全神贯注，还要有远大的志向，顽强的毅力。这也是朱熹读书之法的最基本精神!晕，老是在京东买

徒步旅行：(hiking)这个词语最早是用来指19世纪60年代在尼泊尔的远足旅行，从那以后徒步旅行就开始流行了起来。

旅行就是指沿着山间小径行走，徒步旅行和登山还是有区别的，徒步旅行线路可长可短。徒步旅行深受人们的喜爱，其原因就在于沿途的自然风光和人文景观，另外，一路上的奇花异草、珍禽异兽也为徒步旅行增色不少。

清单中不是所有的东西都是必需的，有一些属于营地舒适用品，是你可能想带的东西。根据经验法则，开始

时携带行囊的重量占你体重的20%，逐渐增加到30%或无论多少感到舒适就行。背包：选择一个适合你自己的背包，当你远足时；一般MM需45-55升，GG需55升以上。我用的有一大一小，分别是60+10L和50+5L的。

帐篷、睡袋、防潮垫：1天往返短线可以不用考虑去装备它。

不过能够选择到真正合适自己，并且物美价廉的东东也许需要一些时间

鞋子：选择合脚的、防滑的鞋子会让你在山野行进过程中受益匪浅；如果没有登山鞋，那么走山的时候，至少十几，二十多门的军用胶鞋应该被穿在你的脚上；当然，也别忘了修剪好脚甲哦？不过，公园类的景点山；呵呵，波鞋和运动鞋应该足够了。

帽子、手套

帽子的作用除了遮阳外，还能够减少你头部的散热；人体的热量好像有相当大的比例都是从头部散发掉的，气温低的时候尤其如此。

手套的作用在亚热带的山野中的作用似乎作用还不算太大；不过再远足走山时没有带上它，相信会有机会让你或多或少地想念它的。高音哨子

与同伴联系的有效工具，前提是你懂得一些必要沟通的方式；比如如果求救、询问情况

等。倘若只知乱吹一气，那么不要它也罢。指南针
大雾或者迷路时，去信任它也许比盲目的信任经验更安全一些；除非你是真的有如同出色的猎人一样的经验。另外一个前提是你知道怎么使用它；军用指南针也许应该是你的首选。地图、刀具、火种、头灯（手电）、登山杖 地图：
配合指北针和自己行进线路使用，不是每次都能够用上它；但用的上的时候都是能让你刻骨铭心的时候。当然比例越大似乎就越好，最好有等高线。刀具：
锋利的多功能军刀应该是你的首选，它的锯子和刀有可能是你在户外使用频率最高；而且刀有时可能会与药品配合使用，比如遇到了被蛇咬的情况，所以一定锋利。火种：
一定注意防水，关键时刻也许你真的需要它来救命。头灯（手电）：
用不上的时候它总是多余的，但俺的习惯总是会带上它；而且会带上备用电池和灯泡。晚上远距离的沟通它同样会起到哨子的作用（白天可以使用一个镜片来做这件工作）；学习一下摩尔编码会对你与同伴的沟通有更多的帮助。药品：
藿香正气胶囊、感冒药、红霉素软膏、白药粉剂、白药喷剂（活络油）、绷带、止血带、蛇药、酒精、清凉油（风油精）、个人特殊药品等不一而足。（根据不同等级要求和环境天数等而自己选带）
去药店向服务员去了解它们的功能吧，然后自己根据自己的需要去准备；用得上的时候你会感到庆幸的。食品、水 食品：
按照体积小、重量轻、营养高、食用方便的原则，根据自己行程准备；俺的习惯是2天以内的短线做1.5倍的冗余准备。
长线做3天130%的冗余（因为通常3日以内可以得到补充）。另外，俺有把一些压缩饼干一直放在背包底部的习惯。水：
通常按照每天1.5L准备就够了，但远途尤其是高温天气长线出行则有可能需要准备3-6升或者更多；视乎途中是否有水源可供补充。
运动饮料（葡萄糖等）通常在拉练时是有备无患的，当然你也可以使用葡萄糖等原料去自己配制运动饮料。一般旅游性的远足，就不要，可以随处有卖。炉头、气罐、灶具等。
1天的短线（可选）可以让你有口热的，FB的线路会多些情趣；但2天以上的长线，应该是必备，尤其是在天气寒冷的环境下更是如此。技术装备。绳索：
如果不是与团队出行，那么30米8MM的附绳也许是你最好的选择；带上两条120CM的长绳套和两根60CM短绳套，以及120CM×1和60CM×1的6/8MM短附绳各1，有时应该也会用的上。安全带：
如果你能够有它的话，相信在特定的环境下你会比没有它的人安全许多；比如渡河、下降。主锁2把、8字一个、快挂若干：
根据自己的需要去选择吧，相信已经拥有这些东东的人已经不需要听俺在这里啰嗦了。其它：
GPS、岩塞、机械塞、Stop、等更高深的东西去请教专家好了，不在本文讨论之列。衣物等。
合身即可，如果你只是在周边随便走走；好像要求不是很高就行了，推荐买快干衣、裤。“高台克斯”之类的冲锋衣、裤；以及抓绒衣、裤等东东都不错（当然是价格和质量都不错）。雨衣、背包套、防水袋等防雨用具也是有备无患的哦。

这本书总体还可以，但是最大的缺点是过时了。它和过去教材特别吻合，但是现在许多篇目已经没有了，又加入了许多新篇目。这就让学习陷入被动了，最好能出一些与教材特别配套的书，这样才能复习有针对性。市面上这样的书有很多，就是竞争很激烈，希望京东或者是出版者本着对市场负责的态度进行出书。才能不被淘汰。其实这还不是最让人抓狂的，最让人难以接受的是这本书送货过程中，我不明白为什么我们村里的人网购，就只能送货到村口，但是那些社区里的人就可以送货到家门口，我们却不能，难道送货的人还分人，把人分成三六九等？如果真是这样的话，那就令人特别生气了。希望以后这种事情不要发生了。其实书本身还是不错的。里面讲述了初中语文教材当中所有的文言文科目，这种讲法（还配有练习）是很具有针对性的，希望今后再版的时候能保持这种优势，同时很好地克服缺点。文言就是现代许多人的一块心病，学习不好又不得不学。希望这本书可以改变这种局面，让人喜欢上文言。同时里面还有一些习题，这中

习题还是很有针对性和学习型的，让我们可以受用终身。希望后面出更多这样的好书，丰富人们的文化生活和业余生活。也希望这本书又很大的生命力，可以服务人到最后。书很好，优缺点。青苹果精品学辅新课标图解中学文言文系：初中文言文诠释全解图解版以国释文，形象生动：书中配以300余幅精美插图，全面诠释文中所涉及的人物兵器器皿植物事件等。不仅拓展了文章内容，而且让文言文的学习更加多样化深入化。全书采用国文结合、色彩助记的方式，通过精心的编排制作，让文言文的学习告别枯燥，寓学于乐，成为一种享受金星教育怎样解题：初中英语解题方法与技巧第10次修订紧扣时代脉搏，遵循课改精神，依据考纲，以现行新教材为蓝本进行编写。在内容选取上，按中考要求精心挑选，科学设计；内容丰富，难易适度注重方法技巧规律的总结，培养学生的求异思维和创新思维。很好的书，慢慢看，京东是个不错的买书地！知识就是力量，这是英国著名学者培根说的。诚然知识对于年青一代何等重要。而知识并非生来就有、随意就生的，最主要的获取途径是靠读书。周六闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事事就是器。这本书的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货第二天一早就收到了赞一个，书质量很好正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步京东越做越大。性价比很高书是正版的，之前有过担心滴。内容还行吧，尽管我没觉得有多充实。冲着是名人写的，书的质量还行就不挑剔了。卖家发货挺快的，第二天就收到了。书还是不错的，精装外壳，发货速度真心的快，评价晚了，书不错，应该再早点看的。推荐看，只是粗浅认识了一下，已经感觉到自己逻辑思维更加清晰。好书，受益匪浅，如果不好好研究一下此书，绝对是人生一大遗憾。这天女友打电话问我借本书，说她写作需要参考，我说我家没有，但我可以帮你找。我一边接电话一边就上网搜索，很快找到，立马告诉她网上京东有。她说我不会在网上买书啊。我嘲笑她一番，然后表示帮她买。很快就写好订单写好她的地址发出去了。果然第二天，书就送到她那儿了。她很高兴，我很得意。过了些日子，我自己又上网购书，但下订单后，左等右等不来。以前从来不超过一星期的。我正奇怪呢，刘静打电话来笑嘻嘻地说，哎，也不知道是谁，心眼儿那么好，又帮我订了好几本书，全是我想要的，太好了。我一听，连忙问她是哪几本？只能咬着牙继续

文学社的组稿工作接近尾声，马德保共催生出二十余篇质量参差不齐的稿子，寄给了马巨雄。一周后，马德保接信被告之，他已荣获组织推荐奖，得奖状一张；学生的作文正在初审之中。

林雨翔对文学社越来越失去兴趣，失去的那部分兴趣全部转在Susan账上。他看着罗天诚和他小妹就眼红。那小妹妹有了罗天诚，如获至宝，每天都来找罗天诚谈心，那俩人的心硕大，谈半天都谈不完，可见爱情的副产品就是废话。

班里同学都盘问罗天诚哪里骗来这纯情小妞，罗天诚说：“我哪是骗，是她自己送上门的。”“不可能的，就你这样子——”

“还有还有，你有没有告诉她说你患过肝炎，会传染人的？”

“她不会计较的！”罗天诚斩钉截铁地说。

“你问了再说，人家女孩子最怕你有病了，你一说，她逃都来不及呢！”旁人说。

罗天诚这才想到要纠正班里人的认识错误，说：“我和我妹又没什么关系，兄妹关系而已，你们想得太复杂了，没那回事。”

这话出去就遭追堵，四面八方的证据涌过来：“哟，你别吹了，我们都看见了，你们多亲热！”“如胶似漆！”

“我还看见你和她一起散步，靠得简直是那——东北，你来说——”

“我说，是贼近啊！”“恶近！”“忒近！”“巨近！”

罗天诚始料未及班友都是语言专家，一大堆警句预备要出来反驳。

班上人继续刺伤罗天诚。他们仿佛都是打手出身，知道一个人被揍得半死不活时，那人反抗起来愈猛，解决方法就是打死他再说——“我还看见你和她一起在外面吃饭呢！”

“我也看见了。”“周六在大桥上！”“礼拜天去郊游了！”

罗天诚不会想到，他的行踪虽自诩诡秘，但还是逃不过侦察。中国人的底子里有窥探的成分，在本土由于这方面人才太多，显露不出才华，一出国兴许就惟他独尊了，这就是为什么有的中国人一跑到外国回来就成了间谍。也难怪中国有名言“群众的眼睛是雪亮的”。战时，雪亮的眼睛用来发现敌人；和平年代，就改为探人隐私了。罗天诚秘密被挖掉了，叫：“你们不可以跟踪我的！”

“哟，大哲人，谁跟踪你，吃饱了没事干。是不小心撞见的，晦气！想躲都躲不掉！”

罗天诚等放学后又和小妹一起走，由于早上大受惊吓，此刻觉得身边都是眼睛，只好迂回进军。路上说：“小妹啊，你知道吗，我的同学都知道了。”她问知道什么。

罗天诚支吾说那个。她淡淡说：“你很在乎那些话吗？”

罗天诚忙说：“在乎这些干什么！”

小妹欣然笑了。适当地撒一些谎是十分必要的，罗天诚深知这条至理名言，他和小妹的交往都是用谎来织成的，什么“年少早慧博览群书”，“文武双全球技高超”，撒得自己都没知觉了，万一偶尔跳出一句实话，反倒有破戒的恐慌。

那女孩信了这话，问：“是啊，你是我哥哥嘛。”越笨的女孩子越惹人爱，罗天诚正因为她的顺从而对她喜欢得难割难舍。说：“别去管别人怎么说。”

小妹诡谲一笑，手甩在身后，撒娇说：“听说你喜欢过一个很很很很漂亮的女孩子，是吗？不准骗我噢！”

罗天诚的惊讶在肚子里乱作一团，脸上神色不变，想说实话。突然想到女孩子爱吃陈年老醋，吓得不敢说，搪塞着：“听人家胡说！”

“是的，她叫Susan——肯定是真的，你骗我！”女孩子略怒道。

[慢走：徒步旅行的乐趣_下载链接1_](#)

书评

[慢走：徒步旅行的乐趣_下载链接1_](#)